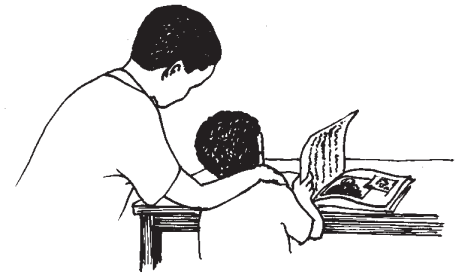


Las cajas de recuerdos

Los padres que viven con VIH y SIDA a menudo se preocupan por lo que pasará con sus niños cuando ellos se mueran. Si el niño es joven o la familia está separada en un tiempo de crisis, los recuerdos pueden desvanecerse e importante información a menudo se pierde. El niño puede crecer con confusiones acerca de su pasado y su identidad.

Un regalo práctico que un padre que vive con VIH y SIDA puede dar a sus niños es una caja o un libro de recuerdos. Al apuntar los hechos importantes, e incluso las tradiciones familiares, fotos y recuerdos felices, así como sus esperanzas y creencias, el padre puede ayudar a que su niño recuerde información sobre su familia y su primeros años de vida. El hacer

una caja de recuerdos da una oportunidad a los padres y a los niños para recordar las experiencias compartidas, hablar abiertamente sobre los problemas y preocupaciones y para planear para el futuro. Cada caja de recuerdos será diferente ya que es algo muy personal, pero aquí hay algunas sugerencias...



Qué se puede poner en ella...

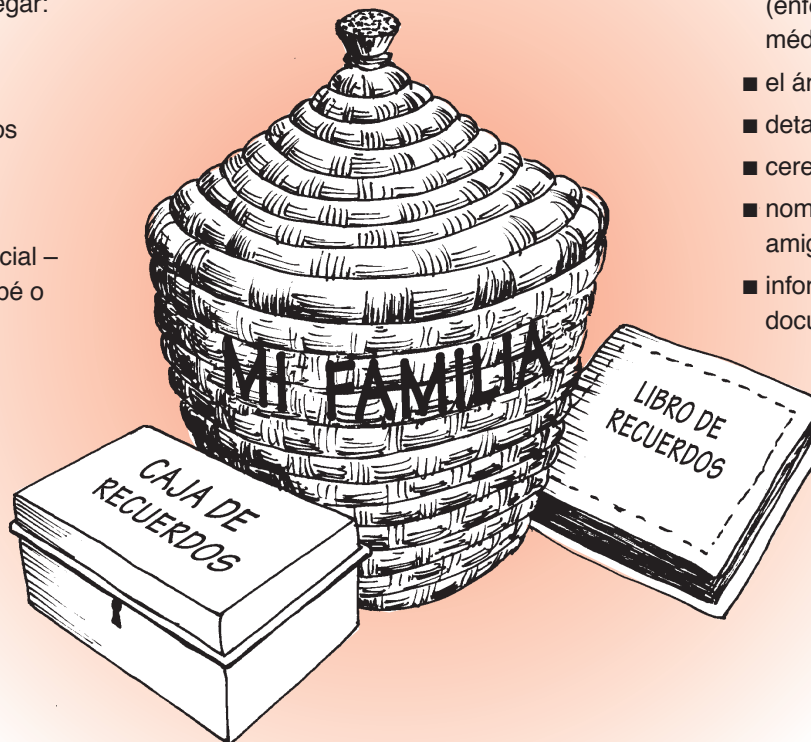
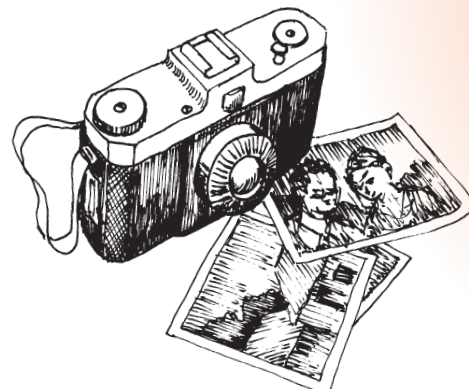
Tradiciones y creencias familiares

- Explicar las tradiciones familiares.
- Describir eventos o fechas que sean especiales para la familia o comunidad.
- Describir creencias y pensamientos sobre la vida y esperanzas para el futuro.

Recuerdos

Apuntar recuerdos de tiempos felices o cómo la familia enfrentó los tiempos difíciles. Agregar:

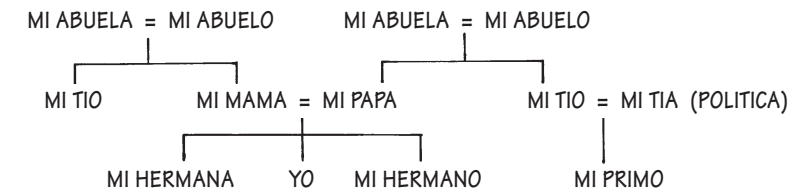
- fotos
- recetas favoritas
- la letra de alabanzas o poemas favoritos
- chistes de la familia
- cuadros, tarjetas y cartas especiales
- objetos pequeños con significado especial – como un pañuelo, cuentas, ropa de bebé o una piedra o semillas del jardín.



¿Quiénes deben hacerlas?

Cualquiera puede hacer una caja o libro de recuerdos...

- Involucra a los niños tanto como sea posible. Esto les da una oportunidad de hablar sobre sus preocupaciones en cuanto al futuro. Los niños muy jóvenes pueden participar, haciendo dibujos, ilustraciones y compartiendo sus recuerdos favoritos.
- Si le es difícil escribir, pida ayuda a un amigo o a un hijo mayor. Ellos pueden hacer las preguntas y apuntar las respuestas.
- Si el padre o la madre ya falleció, otros parientes o amigos de la familia podrían ayudar al niño a hacer la caja.



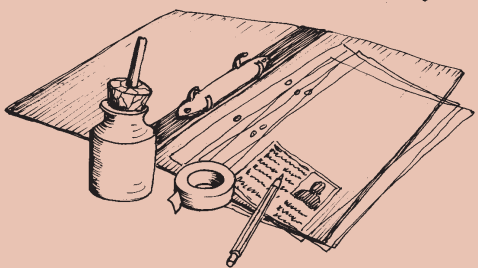
Información importante

- información sobre ambos padres que incluya nombres completos, fechas y lugares de nacimiento, matrimonio y muerte e información médica (sobre todo cualquier condición médica que pueda heredarse)
- información sobre el niño incluyendo detalles de su nacimiento y los primeros años, cómo se les dió su nombre, información médica (enfermedades, heridas, alergias, nombres de médicos o clínicas dónde fueron tratados)
- el árbol genealógico (ver lo anterior)
- detalles sobre dónde ha vivido la familia
- ceremonias especiales
- nombres y direcciones de parientes cercanos, amigos
- información sobre dónde se guardan los documentos importantes o valiosos.

Un árbol genealógico (ver lo anterior) es una manera simple y clara de mostrar cómo todos los miembros de la familia están emparentados.

¿De qué se hacen?

Las cajas de recuerdos pueden ser de cualquier forma o tamaño. Si la caja de recuerdos ha de durar necesita ser fuerte. Si es posible, usar una caja de metal con cerradura o un cesto o una caja resistente. Si se está haciendo un libro, escribir con tinta para que no se borre. Usar un cuaderno con tapa dura, y envolverlo en plástico para protegerlo de la lluvia y las termitas. Los niños pueden ayudar a decorar la caja.



Aspectos prácticos

- Una caja de recuerdos **no** es el lugar para guardar cosas de valor o copias originales de documentos importantes. Los certificados de nacimiento, pasaportes, testamentos y documentos de registro de propiedad, certificados de vacunación y de salud deben todos mantenerse en un lugar seguro. Este lugar podría ser un banco o con un abogado, un pariente mayor o un amigo de confianza. Poner una en la caja que indique dónde están guardados estos documentos.
- El hacer una caja de recuerdos puede traer a la superficie fuertes emociones. Es bueno tener el apoyo de un amigo para compartir recuerdos dolorosos y preguntas difíciles.
- Verificar que toda la información esté correcta. Si faltase alguna información, sería mejor dejar un espacio en blanco en lugar de inventarla, si no será difícil para el niño saber qué creer.
- Escribir en una carta cualquier información privada o difícil que se quiera conservar hasta que el niño sea mayor, y dejarla con un amigo de confianza. Dejar una nota en la caja para decir quién tiene la carta.

Compilado por Maggie Sandilands, con agradecimiento por el permiso de usar información del libro Memory Book for Africa del cual se adapta gran parte de este contenido. Este libro cuesta £2,50 y lo distribuye TALC (Inglaterra) (ver la página 14 para obtener la dirección).